

# Kugellager

*Übung zur Auflockerung und zum Aufwachen*

## Voraussetzungen

TN-Zahl: Es können beliebig viele TeilnehmerInnen mitspielen

Vorbereitungszeit: -

benötigte Materialien: je ein Stuhl pro TeilnehmerIn

Dauer: nach eigenem Ermessen

## Beschreibung

Es wird ein enger Sesselkreis gebildet (Stuhl an Stuhl). Eine Person wird ausgewählt (oder meldet sich freiwillig) – sie muss aufstehen. Die Aufgabe dieser Person ist es nun, sich wieder hinzusetzen. Das sollen die anderen TeilnehmerInnen verhindern, indem sie immer einen Sessel nachrücken. Sie dürfen dabei jederzeit die Richtung ändern. Sobald die Person sitzt, kommt diejenige Person an die Reihe, die das Hinsetzen nicht verhindern konnte.

**Vorsicht:** Die Verletzungsgefahr ist bei diesem Spiel relativ hoch – sie kann durch den Einsatz stabiler Stühle wesentlich gesenkt werden.